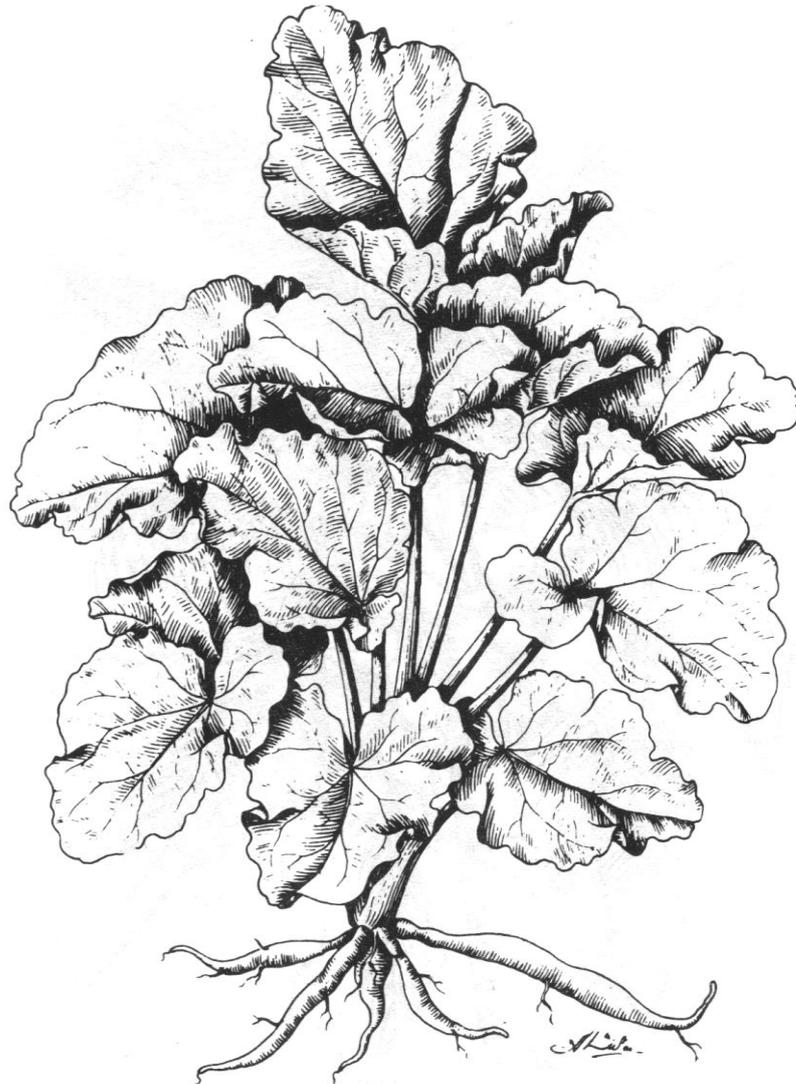


TANAMAN OBAT PADA TAMAN RUMAH



kelembak

Oleh :
Ir. Anak Agung Gede Dalem Sudarsana, MS
Prodi Arsitektur Pertamanan
Fakultas Pertanian
Universitas Udayana
2016

KATA PENGANTAR

Semoga tulisan ini bermanfaat bagi mahasiswa yang mendalami mata kuliah farmakologi, mahasiswa yang mengambil mata kuliah Taman Tradisional Bali, maupun masyarakat luas. Isi dari tulisan ilmiah ini akan sangat bermanfaat bagi masyarakat umum yang berusaha menghindari penggunaan obat-obatan kimia atau obat paten, yang tentunya mempunyai efek samping yang sangat besar.

Obat-obatan herbal tentunya akan mempunyai efek samping merugikan yang jauh lebih sedikit kalau dibandingkan dengan obat-obatan kimia. Selain resiko negatifnya lebih kecil, obat-obatan herbal ini sangat mudah didapat atau dibudidayakan dipekarangan rumah, sehingga selain mudah, dan cepat dapat dibuat, tentunya akan dapat menekan biaya pengeluaran.

Tanaman obat untuk taman selain dapat memberikan keindahan, kesejukan, dan kedamaian, juga ikut melestarikan tanaman-tanaman lokal yang mulai langka. Semoga tulisan ini bermanfaat dan berguna bagi kita semua.

Denpasar, Januari 2016

Penyusun,

Ir. A.A.G. Dalem Sudarsana, MS

DAFTAR ISI

	Halaman
KATA PENGANTAR	i
DAFTAR ISI	ii
BAB I. PENDAHULUAN	1
1.1 Pengertian Taman (Lansekap)	1
1.2 Perkembangan Pertamanan	
BAB II. MANUSIA DAN ALAM	4
2.1 Manusia Dalam Hijauan Alam	4
2.2 Manusia Dalam Hijauan Buatan	4
2.3 Seni Dalam Pertamanan	4
BAB III. TAMAN SARI SEBAGAI SUMBER PEMENUH KEBU- TUHAN	5
3.1 Kebutuhan Rohani	5
3.2 Kebutuhan Jasmani	5
3.3 Kebutuhan Untuk Penghijauan	6
BAB IV. HERBAL	7
4.1 Pengertian Herbal	7
4.2 Pembuatan Herbal	8
4.3 Macam-macam Sediaan Herbal	9
4.3.1 Infusa/infus	9
4.3.2 Decocta/dekok	10
4.3.3 Tea/teh	11
4.3.4 Gargarisma dan kolutorium/obat kumur dan cuci Mulut	11
4.3.5 Sirupi/sirup	11
4.3.6 Tinctura/tingtur	12
4.3.7 Extracta/ekstrak	13
BAB V. BAHAN-BAHAN YANG UMUM DIPAKAI OBAT	14
5.1 Curcuma Domesticae rhizoma	15

5.2	Curcuma Rhizoma (rimpang temu lawak)	16
5.3	Rimpang Jahe	17
5.4	Curcuma Aeruginosa (temu hitam/temu ireng)	18
5.5	Curcuma Aromatica (temu agung)	19
5.6	Curcuma Heyneana (temu giring, temu poh)	20
5.7	Curcuma Mangga (temu lalah, kunir putih)	21
5.8	Curcuma Petiolata (temu putri)	22
5.9	Curcuma Purpurascens (temu tis)	23
5.10	Curcuma zedoaria (temu putih)	23
BAB VI. OBAT TRADISIONAL UNTUK BEBERAPA		
	PENYAKIT DAN PEMBUATANNYA	24
6.1	Asam Urat	24
6.2	Asma	24
6.3	Agar Payu Dara Tetap Montok	25
6.4	Keputihan	25
6.5	Influenza/pilek	26
6.6	Lemah Syawat/kejantanan	27
6.7	Meningkatkan Fitalitas Seksual	27
6.8	Nafas BerbauTidak Sedap	28
6.9	Pelangsing Tubuh	28
BAB VII. PENEMPATAN TANAMAN OBAT SEBAGAI		
	TAMAN RUMAH	29
7.1	Taman di Utama Mandala	29
7.2	Taman di Nista Mandala	29
7.3	Taman di Madya Mandala	30

I. PENDAHULUAN

1.1 Pengertian Taman

Taman (*landscape*) adalah wajah atau karakter dari bahan atau tapak bagian muka bumi dengan segala kehidupan yang ada di dalamnya, baik yang bersifat alami maupun buatan, sejauh mata memandang, sejauh indra dapat menangkap, sejauh imajinasi dapat membayangkannya.

Dari batasan di atas dapat diambil beberapa pengertian yaitu :

1. Taman merupakan wajah dan karakter bahan atau tapak, berarti ada dua hal yaitu penampakan visual/nyata dan yang tersirat dari taman tersebut. Dari alur cerita, gambar yang terpahat, terkandung nilai taman tersebut, sejauh mata dapat melihat, sejauh indra dapat menangkap dan sejauh imajinasi dapat membayangkan.
2. Taman mencakup semua elemen yang ada, baik elemen alami, artifisial/buatan, bahkan termasuk makhluk hidup yang ada di dalamnya (binatang,

Menurut Laurie (1984) : taman (*garden*) dalam bahasa Ibrani *gan* berarti melindungi/mempertahankan suatu lahan yang berpagar, *oden* berarti kesenangan, kegembiraan, dan kenyamanan. Sehingga dapat diartikan : taman adalah lahan berpagar yang digunakan untuk mendapatkan kesenangan, kegembiraan, dan kenyamanan

Secara umum dibedakan antara taman sebagai *landscape* dan taman sebagai *garden*. Taman sebagai *landscape* didominasi oleh elemen alami, sedangkan taman sebagai *garden*, elemen tamannya didominasi oleh elemen artifisial/buatan dalam batasan yang lebih sempit/terbatas.

Taman merupakan tempat seseorang untuk melepaskan diri dari persoalan-persoalan dalam hidup, berfungsi penghubung antara manusia dengan lingkungan agar dapat memuaskan keinginan dan aspirasinya

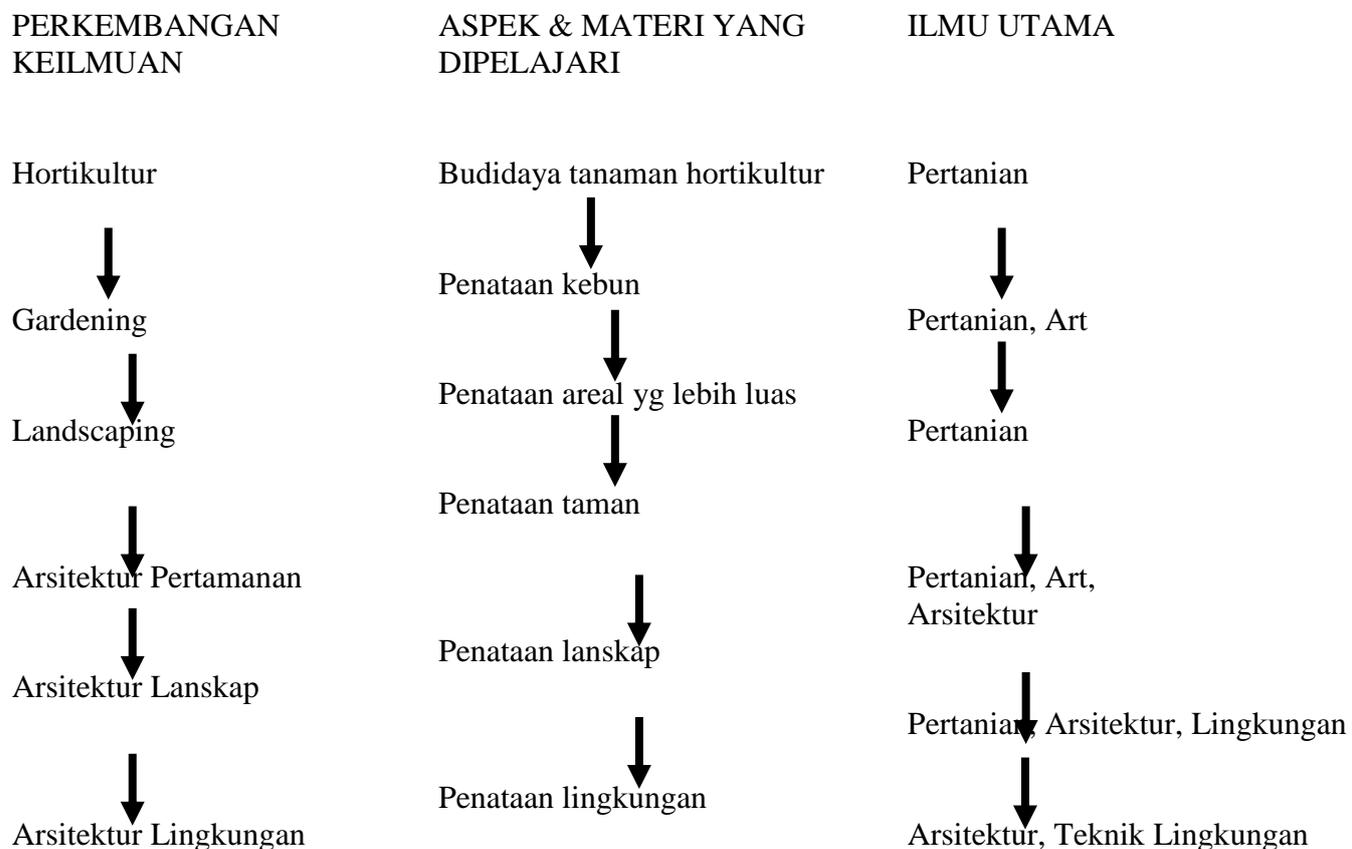
Arsitektur pertamanan adalah : Insan profesional yang mendapat pendidikan dalam bidang ilmu dan seni yang mempelajari pengaturan ruang dan massa dalam alam terbuka yang mampu mengakomodasi-kan elemen alami maupun buatan untuk mendapat -kan lingkungan hidup yang harmonis, secara fungsional berguna,

secara estetis indah, sehingga kebutuhan jasmani dan rokhani makhluk hidup didalamnya terpenuhi.

Seorang perencana atau desainer bekerja dengan :

1. Ruang
2. Areal/space
3. Material
4. Insting dan perasaan
5. Konsep dan ide

1.2 Perkembangan Pertamanan



Sejarah perkembangan taman Eropa berbeda dengan perkembangan taman di China, Jepang atau daerah lain, karena sikap dan pandangan hidup yang berbeda akan memiliki ciri taman yang berbeda pula

Jenis tanaman yang ada dalam taman mencerminkan budaya dari suatu bangsa atau pemiliknya

- Bangsa Yunani yang terkenal dengan kegemarannya memasak, merupakan pionir dari *Kitchen garden*.

- Bangsa Mesir yang terkenal dengan ilmu farmasi dan kedokterannya, mengisi tamannya dengan tanaman herbal, rempah-rempah dan penghasil parfum
- Bangsa Inggris yang rapi, tercermin dari tanamannya yang tertata rapi, rumputnya dipangkas baik, pemangkasan tanaman dengan bentuk-bentuk tertentu yang dikenal dengan *topiary*
- Cina dan Jepang : pembentuk utama dari tamannya adalah air, batu dan bukit, akibat dari pandangan hidup Budhisme dan Taoisme intinya adalah keharmonisan alami, disertai pertimbangan non fisik yaitu kepercayaan/spirit, hanya saja taman Jepang adalah miniaturnya taman China.
- Di Bali, dikenal dengan spiritual Hindhunya, berkembang taman usada dan relegi (tanaman untuk pengobatan dan upakara)

TAMAN YANG INDAH BELUM TENTU BAIK, AKAN TETAPI TAMAN YANG BAIK PASTI INDAH. Taman yang baik, tidak saja indah dipandang, akan tetapi juga nyaman untuk dihuni. Taman yang baik dicirikan oleh : kenyamanan, keamanan, kebahagiaan manusia penikmat atau penghuninya, banyaknya binatang seperti burung liar di dalamnya, tanamannya segar dan harum.

II. MANUSIA DAN ALAM

2.1 Manusia Dalam Hijauan Alam

Tanaman merupakan bagian kehidupan dan memberi kehidupan bagi manusia. Kemuliaan sejarah masa lampau, hapus oleh hilangnya hijauan. Manusia sering hanya terbuai oleh alam yg asli, alami dgn hijauan alami, namun sering kurang diperhatikan. Hijau alam akan mampu menyediakan air yg berlimpah utk kehidupan, lapisan tanah yg subur, udara yg segar, dan sebagainya. Dalam perencanaan kota, hijauan alam sebaiknya dipertahankan, dimanfaatkan utk kesejahteraan manusia

2.2 Manusia Dalam Hijau Binaan

Di perkotaan, hijau alam jarang dijumpai, dalam hal inilah hijau binaan sangat diperlukan. Keseimbangan antara ruang terbangun dan ruang terbuka dalam ketatakotaan sangat penting *Ruang terbuka hijau adalah paru-paru kota, sehingga harus saling menunjang kehidupan dan fungsinya masing-masing* Ruang terbuka dapat dibedakan dalam :

- a. Ruang terbuka pasif, kegiatan manusia di dalamnya sangat kecil, mis, kuburan, waduk, penghijauan tepi kali, jalur hijau, lap. Terbang, dsb
- b. Ruang terbuka aktif, banyak dimanfaatkan oleh kegiatan manusia, mis, taman kota, camping ground, lap. olah raga, kebun binatang, dsb.

2.3 Seni Dalam Pertamanan

Seni dilukiskan sebagai “perasaan” yang terdapat pada manusia yang diwujudkan dengan adanya kreativitas dalam usahanya menemukan keindahan. Pendapat seseorang tentang keindahan karya seni tergantung pada :

* Kerangka pemikirannya :

- relativitas individu
- relativitas kebudayaan
- relativitas biologi
- absolutisme

* Keadaan yang berubah :

* Pembiasaan

* Symbolisme

* Kelelahan (fatigue)

* Sifat dari benda itu sendiri

Faktor yang mempengaruhi seseorang hingga dapat menikmati keindahan karya seni :

- Faktor kebiasaan
- Faktor latihan
- Faktor pendidikan

III. TAMAN SARI SEBAGAI SUMBER PEMENUH KEBUTUHAN

3.1 Kebutuhan rokhaniah

Suasana indah, adalah taman dengan berbagai tanaman, (warna, jenis, bentuk dan sebagainya), baik berupa bunga, buah, daun, maupun batang.

- Pengaturan bangunan taman agar dapat menciptakan :
 - * Suasana aman, damai, santai (rekreasi pasip)
 - * Sarana sosial dan pendidikan

3.2. Kebutuhan jasmaniah,

Selain untuk kebutuhan rohani, taman juga sangat penting artinya dalam memenuhi kebutuhan jasmani yaitu :

- * Bahan kebutuhan nabati
- * Bahan pangan hewani
- * Bahan aneka guna
- * Rekreasi

3.3 Kebutuhan untuk Penghijauan

Manfaat penghijauan dapat berupa manfaat fisik, psikis, sosial dan ekonomi.

3.3.1 Manfaat fisik dapat berupa : :

- ❖ Sarana kesehatan dan atausada (higenis)
- ❖ Pengaturan iklim (Klimatologi)
- ❖ Perlindungan (proteksi)
- ❖ Penyedia air tanah (hidrologi)
- ❖ Penyeimbang alam (adaphis)
- ❖ Pencipta lingkungan hidup (ekologis)

Tanaman sebagai unsur utama penghijauan dapat :

- penyerap polutan (transportasi 51%, rumah tinggal 16%, industri 14% pembakan 4%, lain-lain 16%)
- penghasil oksigen
- memberi kesegaran

Tanaman sebagai penyerap radiasi memerlukan panas, sehingga suhu lingkungan menjadi turun dan kelembaban udara menjadi tinggi. Tanaman akan memberi

kesempatan bagi air (hujan) untuk meresap ke dalam tanah. Air tanah ini merupakan cadangan air dalam tanah yang sangat penting bagi kehidupan. Daun tanaman menahan pukulan air hujan. Akar tanaman memegang butiran tanah. Tanaman pinggir laut menahan abrasi. Hutan yang gundul dan gurun pasir adalah akibat manusia yang tidak peduli dengan lingkungan hidup. Penghijauan yang berkesinambungan akan dapat menciptakan lingkungan hidup yang baik bagi generasi berikutnya secara layak. Akar tanaman memberi kehidupan mikroorganisma dalam tanah. Di atas tanaman memberi binatang (burung dll) hidup dan berkembang. Binatang juga dapat melakukan penyerbukan

Manfaat psikis yaitu keindahan alam, seperti berbagai bentuk dan warna bunga, batang, daun, akar, keharuman, akan memberi pengaruh terhadap perilaku manusia. Yang menggemari dan penikmat keindahan, cenderung melakukan perilaku lembut, memiliki rasa seni dan daya pikir yang tinggi, sehingga membangkitkan daya kreasi dan imajinasi yang tinggi.

Seperti telah disebutkan di atas bahwa sangat banyak manfaat dari taman untuk kehidupan manusia, termasuk didalamnya adalah untuk keperluan kesehatan atau usaha. Belakangan, pemanfaatan tanaman untuk usaha semakin meningkat seiring dengan semakin mahalnya harga obat-obatan kimiawi, disertai pula adanya keawatiran efek samping dari obat-obatan kimiawi jauh lebih berbahaya daripada efek samping dari obat-obatan herbal.

IV. HERBAL.

4.1 Pengertian Herbal

Pembuatan sediaan herbal yang umum digunakan antara lain dalam bentuk infus, dekok dan tingtur, yang dibuat dari simplisia. Yang dimaksud simplisia adalah bahan alamiah berupa tanaman utuh, bagian tanaman atau eksudat dari tanaman yang digunakan sebagai obat dan belum mengalami pengolahan serta belum merupakan zat murni, kecuali dinyatakan lain, berupa bahan yang telah dikeringkan. Eksudat tanaman adalah isi sel secara spontan keluar dari tanaman atau isi sel dengan cara tertentu dikeluarkan dari selnya, atau zat-zat nabati lainnya dengan cara tertentu dipisahkan dari tanamannya dan belum berupa zat kimia murni.

Setiap monografi simplisia sebaiknya dicantumkan informasi mengenai deskripsi, efek farmakologi, indikasi, kontra indikasi, interaksi dan posologinya. Pada deskripsi dicantumkan nama latin tanaman dan bagian yang digunakan serta makroskopis dari bagian tanaman yang digunakan. Cara kerja obat atau efek farmakologi didukung oleh data penelitian praktek maupun data klinik.

4.2 Pembuatan Herbal

Menurut Dayangsumbi (1994), dalam pembuatan sediaan herbal terdapat beberapa faktor yang harus diperhatikan karena sangat berpengaruh terhadap khasiat dan keamanan penggunaan sediaan herbal tersebut untuk pengobatan. Adapun faktor-faktor yang dimaksud adalah sebagai berikut

a. Identifikasi

Sebelum menggunakan herbal sebagai obat, harus dipastikan bahwa tidak menggunakan bahan tanaman yang salah. Menggunakan bahan herbal yang salah dapat menimbulkan efek yang tidak diinginkan atau bahkan keracunan.

b. Peralatan

Peralatan panci atau wadah yang digunakan sebaiknya dari bahan gelas, kaca, email atau stainlesssteel. Demikian pula pisau atau spatula/pengaduk terbuat dari bahan kayu atau baja. Bahan penyaring lebih baik dari bahan plastik atau nilon. Jangan menggunakan peralatan dari bahan aluminium karena dapat bereaksi dengan kandungan kimia tertentu dari tanaman yang bersifat toksis.

c. Penimbangan dan pengukuran

Umumnya timbangan dapur dapat digunakan akan tetapi dengan neraca analitik atau gelas ukur akan lebih baik karena lebih akurat. Bila mengukur dalam takaran sedikit, dapat dilakukan dengan menggandakan terlebih dahulu, kemudian baru dibagi sesuai dengan keinginan. Misalnya untuk ukuran 10 gr. Dapat dilakukan dengan 20 atau 50 gr, setelah diencerkan baru dibagi dengan 20 atau 50.

d. Kehalusan bahan

Mencari bahan berhasiat yang terdapat dalam bahan tanaman obat, derajat kehalusan merupakan hal yang penting. Derajat kehalusan bukan merupakan faktor penentu atau tunggal yang mempengaruhi proses pelepasan bahan berkhasiat, tetapi jumlah dan sifat alami dari bahan pendamping atau

metabolit primer yang terdapat dalam bahan obat juga memegang peranan penting.

d. Penyimpanan

Sediaan herbal yang berbeda dapat bertahan dalam waktu yang berbeda pula sebelum mulai berkurang atau berkurangnya kandungan bahan berhasiatnya. Simpanlah bahan pada tempat yang dingin atau teduh. Infus harus dibuat segar setiap hari (24 jam), disediakan dan digunakan secara segar dan segera setelah dibuat. Dekok sebaiknya sudah digunakan paling lambat 24 jam setelah dibuat. Sedangkan tingtur dan sediaan cair lainnya seperti sirup dan minyak atsiri sebaiknya disimpan dalam botol yang berwarna gelap pada tempat yang teduh, terlindung dari cahaya matahari dan dapat bertahan selama beberapa bulan bahkan beberapa tahun.

4.3 Macam-macam Sediaan Herbal

4.3.1 Infusa/infus

Infus adalah sediaan cair yang dibuat dengan mengekstraksi simplisia nabati dengan air pada suhu 90° C selama 15 menit. Pembuatan infus merupakan cara yang paling sederhana untuk membuat sediaan herbal dari bahan yang lunak seperti daun dan bunga. Dapat diminum saat panas atau dingin. Khasiat dari sediaan herbal umumnya karena kandungan minyak atsiri yang akan hilang apabila tidak menggunakan penutup pada pembuatan infus karena mudah menguap.

Cara membuatnya adalah : campur simplisia dengan derajat halus yang sesuai dalam panci dengan air secukupnya, panaskan selama 15 menit dengan suhu 90° C sambil sekali-sekali diaduk. Saring (serkai) dengan kain flanel, tambahkan air panas dalam ampas hingga didapat volume sesuai dengan keinginan. Infus yang mengandung minyak atsiri saringlah setelah suhunya dingin. Infus simplisia yang mengandung lendir tidak boleh diperas. Infus simplisia yang mengandung glikosida antakinon, ditambahkan larutan natriumkarbonat P 10% dari bobot simplisia. Kecuali dinyatakan lain, atau kecuali simplisia seperti dibawah ini, infus yang mengandung bukan bahan berkhasiat keras dibuat dengan menggunakan 10% simplisia. Untuk pembuatan 100 bagian infus berikut digunakan sejumlah bahan seperti :

Kulit kina : 6 bagian

Daun digitalis	: 0,5 bagian
Akar ipeka	: 0,5 bagian
Daun kumis kucing	: 3 bagian
Sekale kornutum	: 3 bagian
Daun sena	: 4 bagian
Temu lawak	: 4 bagian

4.3.2 Decocta/dekok

Dekok adalah sediaan cair yang dibuat dengan mengekstrak sediaan herbal dengan air pada suhu 90° C selama 30 menit.

Cara membuatnya : campur simplisa dengan derajat halus yang sesuai dalam panci dengan air secukupnya. Panaskan pada suhu hingga mencapai 90° C selama 30 menit terhitung mulai suhu mencapai 90° C sambil sekali-sekali diaduk. Serkai selagi panas dengan kain flanel. Tambahkan air panas secukupnya melalui ampas hingga diperoleh volume dekok yang dikehendaki kecuali dekok dari simplisa Condurango cortex yang harus dilaksanakan setelah didinginkan terlebih dahulu. Jika tidak ditentukan perbandingannya dan mengandung bahan berkhasiat kkeras, maka untuk 100 bagian dekok harus digunakan 10 bagian dari bahan dasar atau simplisa. Untuk bayhan berikut, digunakan sejumlah sebagai berikut :

Bunga arnica	: 4 bagian
Daun digitalis	: 0,5 bagian
Kulit akar ipeka	: 0,5 bagian
Kulit kina	: 6 bagian
Daun kumis kucing	: 0,5 bagian
Akar sinega	: 4 bagian

4.3.3 Tea/teh

Pembuatan sediaan teh untuk bahan pengobatan banyak dilakukan berdasarkan pengalaman seperti pada pembuatan infus yang dilakukan pada teh hitam sebagai minuman.

Cara membuatnya : air mendidih dituangkan dalam simplisa, diamkan selama 5-10 menit dan saring. Pada pembuatan sediaan teh, beberapa hal yang perlu

diperhatikan adalah jumlah simplisa dan air. Jumlah dinyatakan dalam takaran geram dan air dalam takaran ml.

Derajat kehalusan beberapa simplisa :

Daun, bunga dan herbal rajangan kasar dengan ukuran sekitar 4mm

Kayu, kulit dan akar, rajangan agak kasar dengan ukuran sekitar 2,5 mm

Buah dan biji dengan atau serbuk kasar dengan ukuran sekitar 2 mm

Simplisa yang mengandung alkaloid dan saponin serbuk agak halus dengan ukuran sekitar 0,5 mm

4.3.4 Gargarisma dan kolutorium/obat kumur dan cuci mulut

Obat kumur dan cuci mulut umumnya mengandung bahan tanaman yang berkhasiat sebagai astrigen yang dapat mengencangkan atau melapisi selaput lendir mulut dan tenggorokan dan tidak dimaksudkan agar obat menjadi pelindung selaput lendir. Obat kumur dan cuci mulut dibuat dari sediaan infus, dekok atau tingtur yang diencerkan.

Penyimpanannya : disimpan dalam botol yang berwarna susu atau wadah lain yang sesuai. Ingat isi label hanya untuk kumur, tidak ditelan

4.3.5 Sirupi/sirup

Sirup adalah sediaan berupa larutan dari atau yang mengandung sakarosa. Kecuali dinyatakan lain, kadar sakarosa tidak kurang dari 64% dan tidak lebih dari 66%.

Pembuatannya : kecuali dinyatakan lain, sirup dibuat dari cairan untuk sirup, panaskan, tambahkan gula, jika perlu didihkan hingga larut. Tambahkan air mendidih secukupnya hingga diperoleh bobot yang dikehendaki, buang busa yang terjadi. Pembuatan sirup dari simplisa yang mengandung glikosoda antrakinon, tambahkan natrium karbonat sejumlah 10% dari bobot simplisa. Kecuali dinyatakan lain, pada pembuatan sirup untuk persediaan ditambahkan metil paraben 0,25% atau bahan pengawet lain yang sesuai

4.3.6 Tinctura/tingtur

Tingtur adalah sediaan cair yang dibuat dengan cara maserasi atau perkolasi simplisa dalam pelarut yang tertera pada masing-masing monografi. Kecuali

dinyatakan lain, tingtur dapat dibuat menggunakan 20% zat berkhasiat dan 10% untuk zat berkhasiat keras.

Cara pembuatannya : maserasi, kecuali dinyatakan lain, masukkan 10 bagian simplisa atau campuran simplisa dengan derajat halus yang cocok kedalam sebuah bejana, tuangi dengan 75 bagian cairan penyari, tutup, biarkan selama 5 hari, terlindung dari cahaya sambil sering diaduk, serkai, peras, cuci ampas dengan cairan penyari secukupnya hingga mencapai 100 bagian. Pindahkkan kedalam bejana tertutup, biarkan ditempat sejuk, terlindung dari cahaya, selama 2 hari. Setelah mengendap tuangkan atau saring.

Perkolasi : basahi 10 10 bagian simplisa atau campuran simplisa dengan derajat halus yang cocok dengan 2,5 bagian sampai 5 bagian cairan penyari, masukkan ke dalam bejana tertutup sekurang-kurangnya selama 3 jam. Pindahkan sedikit demi sedikit kedalam perkolator sambil tiap kali ditekan hati-hati, tuangi dengan cairan penyari secukupnya sampai cairan mulai menetes dan di atas simplisa masih terdapat lapisan penyari, tutup perkolator, biarkan selama 24 jam. Biarkan cairan menetes dengan kecepatan 1ml/menit, tambahkan berulang-ulang cairan penyari diatas simplisa hingga diperoleh 80 bagian perkolat. Peras ampas/massa, campurkan cairan perasan kedalam perkolat dan tambahkan cairan penyari secukupnya hingga diperoleh 100 bagian. Pindahkan kedalam bejana, tutup, biarkan selama 2 hari ditempat sejuk terlindung dari cahaya. Jika dalam monografi tertera penetapan kadar setelah diperoleh 80 bagian perkolat, tetapkan kadarnya. Atur kadar hingga memenuhi syarat, jika perlu encerkan dengan penyari secukupnya.

4.3.7 Extracta/ekstrak

Ekstrak adalah sediaan kering, kental atau cair dibuat dengan menyari simplisa menurut cara yang cocok, di luar pengaruh cahaya matahari langsung. Ekstrak harus mudah digerus menjadi serbuk. Sebagai cairan penyari digunakan air, eter, etanol atau campuran etanol dan air.

Cara pembuatannya : dibuat dengan menyeduh dengan air mendidih atau perkolasi. Penyarian dengan campuran etanol dan air dilakukan dengan meserasi atau perkolasi. Lakukan maserasi menurut cara yang tertera pada tingtur. Suling atau uapkan maserat pada tekanan rendah pada suhu tidak lebih dari 50° C hingga konsistensi yang dikehendaki.

Perkolasi, lakukan sesuai dengan cara yang terdapat pada tingtur. Setelah perkolator ditutup dan dibiarkan selama 24 jam, biarkan cairan menetes, tuangi massa dengan cairan penyari hingga 500 mg perkolat yang keluar, terakhir diuapkan, hingga tidak meninggalkan sisa. Perkolat disuling atau diuapkan dengan tekanan rendah pada suhu tidak lebih dari 50° C hingga konsistensi yang dikehendaki. Pada pembuatan ekstrak cair 0,8 bagian perkolat pertama dipisahkan, perkolat selanjutnya diuapkan hingga 0,2 bagian, campurkan dengan perkolat pertama. Pembuatan ekstrak cair dengan menggunakan penyari etanol, dapat juga dilakukan dengan cara reperkolasi tanpa menggunakan panas. Ekstrak yang diperoleh dengan menggunakan penyari air, caranya adalah hangatkan segera pada suhu sekitar 90° C, endapkan, serkai. Uapkan serkaian pada tekanan rendah pada suhu tidak lebih dari 50° C hingga konsistensi yang dikehendaki.

Ekstrak cair dengan penyari etanol, caranya hasil akhir harus dibiarkan di tempat sejuk selama 1 bulan, kemudian disaring sambil mencegah penguapan.

V. BAHAN-BAHAN YANG UMUM DIPAKAI OBAT

Menurut Lontar Kayu Premana (-), tanaman yang dapat dipakai sebagai obat di antaranya adalah :

1. Kunyit, berwarna kuning, oranye, sampai coklat, mengandung banyak vitamin A, khasiatnya sebagai berikut :
 - a. Desinfektant (pembunuh kuman-kuman)
 - b. Menghilangkan bau yang kurang sedap,
 - c. Mengandung astringen, berfungsi mengurangi kadar air yang tidak berguna dari tubuh dan baik untuk penderita keputihan,
2. Temu lawak, membantu pencernaan.
3. Temu ireng, merangsang nafsu makan,
4. Temu giring, sebagai salah satu bahan yang dapat melangsingkan tubuh,
5. Kencur, menghangatkan badan, sehingga tidak mudah masuk angin,
6. Lempuyang, selain menghangatkan juga menjaga kekenyalan dan keluwesan otot,

7. Jahe, sebagai penghangat dan penyedap makanan,
8. Lengkuas, digunakan sebagai obat linu pada persendian, dan pelarut garam-garam pada orang lanjut usia,
9. Bangle, dipakai sebagai tapel, berfungsi mengeringkan, terutama wanita yang baru melahirkan agar perutnya kembali singset,
10. Daun asem, mengandung banyak vitamin C, sebagai penyedap,
11. Daun bluntas, membantu mengeluarkan sel-sel yang sudah tua dan rusak dari dalam tubuh,
12. Daun kemuning, memberi cahaya cerah pada kulit muka,
13. Daun pepaya, membantu pencernaan, mengeluarkan nanah,
14. Daun kumis kucing, membersihkan ginjal dari batu-batu kecil/kristal,
15. Daun meniran, memperlancar air seni,
16. Daun saga, menyembuhkan sariawan,
17. Daun sembung, mendinginkan dan menghilangkan sariawan,
18. Daun pagagan, menurunkan tekanan darah tinggi,
19. Daun samiloto, menghilangkan kadas, kurap dan gatal-gatal lainnya,
20. Akar rumput alang-alang, air rebusannya menurunkan demam,

Dalam Lontar Ceriken Tingkeb (-), menyebutkan bahwa ada beberapa tanaman yang umum dipakai sebagai obat yaitu jenis *curcuma sp*, kunir dan sebagainya.

5.1. *Cucurmae Domesticae Rhizoma*

Diskripsi :



Cucurma domestica rhizoma terdiri atas rimpang *Cucurma domestica* Vol familia Zingiberaceae. Digunakan dalam keadaan utuh atau dipotong-potong. Bau khas aromatik, rasa agak pahit, agak pedas, lama kelamaan menimbulkan rasa tebal. Kepingan ringan, rapuh, warna kuning jingga, kuning jingga kemerahan sampai kuning jingga kecoklatan.

Efek farmakologi :

Aktivitas antinflamasi dari *Cucurma domestica* rhizoma telah ditunjukkan pada hewan tikus secara intraperitoneal sangat efektif menurunkan peradangan akut maupun kronik. Pada uji pembengkakan kaki yang diinduksi keragenan, Efektivitas obat pada binatang tikus sama dengan efektifitas indrokortison asetat dan

indometasin pada penginduksian peradangan. Pemberian obat dalam bentuk ekstrak atau serbuk kunyit tidak menghasilkan efek anti inflamasi, hanya pemberian injeksi intrapenitonal yang efektif. Minyak atsirinya menunjukkan aktivitas antinflamasi terhadap arthritis yang diinduksi. Aktivitas antinflamasi timbul timbul melalui penghambatan enzim trypsin dan hyaluronidae. Kurkumin dan turunannya adalah kandungan yang aktif sebagai antinflamasi. Aktivitas antinflamasi pada kurkumin terjadi karena kemampuannya mengikat radikal bebas oksigen yang dapat menyebabkan proses peradangan.

Indikasi : Nyeri sendi dan tulang

Kontraindikasi : Kerusakan saluran empedu. Pada kasus batu empedu , harus digunakan setelah berkonsultasi dengan dokter. Hipersensitif terhadap obat.

Perhatian : Karsinogenesitas, mutagenesitas, dan gangguan fertilitas. *Curcumae domestica* rhizoma tidak mutagenik secara in-vitro. Pemberian *Curcumae* secara oral tidak menimbulkan efek teratogenik. Penggunaan pada massa kehamilan belum dibuktikan mempunyai efek merugikan, walaupun demikian sebaiknya tidak digunakan selama kehamilan maupun saat menyusui.

Interaksi obat : Belum diketahui

Posologi : Simplisa kasar 3-9 g/hr, serbuk 3-15 g/hr, infus oral 0,5-1 g tiga kali sehari, tingtur (1 : 10) 0,5 – 1 ml tiga kali sehari.

5.2. Curcuma Rhizoma (rimpang temu lawak)

Curcuma xanthorriza Roxb termasuk familia zingiberaceae, dalam keadaan utuh atau dipotong-potong, berbau aromatik, rasa tajam dan pajit. Kepingannya ringan, keras dan rapuh, berwarna coklat kuning sampai coklat.

Efek farmakologi

Aktifitas antinflamasi. Dengan dosis 3 g/kg BB menunjukkan aktivitas penghambatan pembengkakan yang disebabkan oleh induksi keragenan. Dosis 3g/kg BB setara dengan dosis 10 mg/kg BB antinflamsi indometasin yang dapat menghambat pembengkakan sebesar 47,8 %. Antinflamasinya sama dengan toksisitas fenibutazon tidak bersifat toksik terhadap sel-sel darah merah. Dan dapat mencegah

timbulnya oedema pada peradangan akut dan kronis. Dengan dosis 100-300 mg/kg BB mampu menghambat agregasi trombosit. Dengan demikian sangat baik untuk penderita reumatik arthritis.

Indikasi : nyeri sendi dan tulang

Peringatan : gangguan saluran empedu, jika menderita gallstones harus berkonsultasi terlebih dengan dokter.

Efek yang tidak diinginkan : Dosis besar atau pemakaian yang berkepanjangan iritasi membran mukosa lambung. Tidak dapat digunakan dalam cholangitis akut atau icterus.

Posologi : Air mndidih dituangkan ke dalam cangkir yang berisi 0,5 – 1 g serbuk temulawak, diamkan 5 – 10 menit kemudian disaring.

5.3. Rimpang jahe

Zingiber officinale Roscoe, mempunyai bau aromatik, rasanya pedas. Bentuk rimpangnya agak pipih, bagian ujung bercabang, cabangnya pendek, pipih, bentuk bulat telur terbalik, pada setiap ujung cabang terdapat parut melekok ke dalam. Warna coklat kekuningan, beralur memanjang, kadang-kadang ada serat yang bebas.

Efek farmakologi

Terjadinya inflamasi adalah sebagai akibat dari peningkatan oksigenasi asam arakhidonat yang dimetabolisme oleh siklooksigenase dan 5-lipooksigenase untuk menghasilkan prostaglandin E, dan leukotien B, Ekstrak yang diminum secara oral dapat menurunkan edema. Dapat menurunkan rasa sakit dan munculnya nodul-nodul penurunan rasa sakit, bahkan tidak lagi mengalami rasa sakit, menurunkan pembengkakan tulang sendi, dan perbaikan fungsi tulang sendi bahkan dapat sembuh.

Indikasi : Nyeri sendi dan tulang

Peringatan : penderita yang mengalami kelainan koagulasi darah sebaiknya konsultasi dulu dengan dokter sebelum menggunakan obat ini, demikian pula pasien yang mengalami kelaianan pada batu empedunya.

Interaksi obat : Dapat mempengaruhi lamanya pendarahan karena sifatnya yang menghambat tromboksen sintetase dan bekerja sebagai agonis protasiklin.

Posoligi : Dibuat the, yaitu disedu dengan air hangat ke dalam 0,5 – 1 g serbuk kasar dan setelah 5 menit disaring untuk kemudian diminum.

5.4. *Curcuma Aeruginosa* (temu hitam/temu ireng)



Dalam bahasa Indonesia tanaman ini dinamakan temu hitam atau temu ireng. Di Sunda dinamakan koneng hideung, di Makasar temu lateng, Bugis temu lotong. Tanaman ini menyebar luas di seluruh Indonesia. Dipelihara sebagai tanaman apotik hidup. Tumbuh baik pada ketinggian 400 - 750 m dpl.

Ciri-ciri :

Merupakan tanaman semak berumur tahunan, berumbi batang, berbatang semu, dengan tinggi sekitar 50 cm. Umbi batangnya dalam tanah dengan ukuran agak besar, bercabang merata.

Bila rimpangnya yang sudah tua dipotong atau diiris akan nampak berwarna kebiruan seperti warna timah. Kulit luarnya kuning mengkilat, ujungnya berwarna merah muda. Bagian dalam rimpang berwarna biru pucat, ujungnya juga berwarna biru pucat. Batang semuanya berwarna hijau, banyak mengandung pati.

Kandungan :

Tanaman ini mengandung minyak atsiri

Penggunaan :

Di Indonesia maupun di Chima banyak digunakan untuk obat mulas, peluruh angin, batuk, kudis, borok kulit dan asma, dipakai sebagai minuman. Bagi ibu-ibu dapat dipakai sebagai obat untuk memperlancar melahirkan dan pembersih darah. Sebagai obat luar (kudis, borok, gatal-gatal), rimpang sebesar jari telunjuk ditumbuk

dengan minyak kelapa, dijadikan tapal, ditempelkan pada tempat yang sakit. Rimpangnya sebesar jari telunjuk direbus dengan segelas air sampai mendidih lalu disaring. Diminum pada saat masih hangat, diminum setiap pagi beberapa kali. Sering dipakai juga untuk apembuatan warna yang tidak mudah luntur.

5.5. *Curcum Aromatica* (temu agung)



Tanaman ini sering disebut dengan nama temu zeodari kuning atau temu agung. Tanaman ini banyak dibudidayakan di Portugal dipakai sebagai bahan obat.

Ciri-ciri :

akar berumur tahunan, berbatang semu, mempunyai umbi batang tingginya sekitar 1 meter, rimpangnya besar dan isinya berwarna kuning, beraroma. Panjang daunnya 50 - 60 cm dengan lebar 10 -20 cm, dengan bentuk daun seperti mata lembing bundar lonjong meruncing ke ujung mengecil kepangkalnya.

Telapang daun berwarna hijau bervariasi dengan warna hijau muda, pangkal gagang daun berbentuk segi tiga. Bunganya bertandan dan atasnya membonggol, terdiri dari kumpulan bunga, muncul dari umbi batang, panjangnya 30 cm mempunyai daun pelindung. Bentuknya bulat telur melengkung seperti perahu, ujungnya bulat berwarna hijau pucat,.

Umbi batang berbentuk menjari, setelah tua kelihatan beruas-ruas dengan nyata, besarnya sekitar 5 cm. Kulit rimpang berwarna kuning dan berbau kamfer, rasanya pahit.

Kandungan : mengandung minyak atsiri yang mengandung curcumin, lemak, resin, gum dan tepung.

Penggunaan :

Rimpangnya yang pahit dan pedas berhasiat untuk memperkuat lambung, mengatur datangnya haid. Dijadikan tonikum/tingtur, baik untuk mengobati rasa nyeri dalam perut, gangguan hati, obat sawan atau epilepsi, dan penyakit kuning atau hepatitis. Rimpangnya ditumbuk halus dan direndam sehingga seperti bubur baik untuk obat reumatik. Rasa umbi yang pahit, dijadikan tonikum, sangat baik untuk menambah selera makan, mengobati penyakit kurang darah.

Sebagai obat luar untuk kulit gatal-gatal, bengkak, bisul, campak, dengan parutan ditempelkan pada tempat yang sakit, akan lebih baik kalau dicampur dengan

daun pepahit, atau benzoin. Banyak juga dipakai obat untuk digigit serangga atau ular dengan dicampur mungsi arab dan orpiment.

5.6 *Curcuma Heyneana* (temu giring, temu poh)



Di jawa tanaman ini sering juga dinamakan temu reng, banyak dibudidayakan di Jawa Timur, Tengah, dan Barat. Banyak tumbuh di hutan-hutan.

Ciri-ciri :

Merupakan tanaman semak tahunan, berbatang semu dan berumbi batang. Tingginya sekitar 2 m. Rimpangnya berwarna kuning jeruk, rasanya sangat pahit. Rimpangnya terdapat di kiri kanan umbi batangnya.

Kandungannya : Mengandung minyak atsiri dan kandungan lainnya belum banyak diteliti.

Penggunaan :

Baik untuk mengobati penyakit stres, selalu bingung dan tidak tenang. Caranya sepotong rimpang sebesar kelingking dan daun kemuning, daun pacar masing-masing segenggam direbus menjadi secangkir, diminum setiap pagi. Untuk obat caciuangan, rimpangnya setengah jari diparut dicampur air dan biarkan dua jam, boleh juga ditambahkan sedikit garam, peras dan saring, minum pagi sebelum makan. Sebagai obat kulit terkelupas dan luka, caranya rimpang diparut dan dicampur dengan santan ditambahkan sedikit tawas dijadikan tapal, ditambalkan ditempat yang sakit. Tepung temu giring sangat baik untuk melangsingkan badan dengan ditambahkan daunkemuning dan daun kudu masing-masing satu genggam ditumbuk dan ditambahkan air, diperas dan kemudian disaring dan diminum setiap pagi. Dapat pula dipakai menghilangkan bau badan, seperti bau tidak sedap setelah makan daging kambing, dengan cara dijadikan boreh.

Untuk mejen yang sudah lama, digunakan rimpang temu giring sebesar kelingking ditambah 5 g daun delima putih, adas disedu dengan air panas, diperas dan disaring, lalu diminum. Temu giring juga berhasiat untuk mengurangi lemak pada badan, caranya sama seperti diatas.

5.7 *Curcuma Mangga* (temu lalab, kunir putih)



Tanaman ini di Sunda dinamakan pula koneng joho, koneng lalab, koneng pare, nama lain temu bayangan, temu putih, temu pao. Banyak ditanam di Malaysia, Benggala dan Indonesia.

Ciri-ciri :

Tanaman semak berumur tahunan, mempunyai umbi batang. Tingginya sekitar 50 -70 cm. Daunnya berbentuk seperti mata lembing bulat lonjong keujung dan kepangkalnya, lebar 7,5 - 12,5 cm dan panjangnya 30 - 45 cm. Bunga bertandan muncul dari ujung batang sepanjang 15 cm atau lebih.

Kandungan : mengandung minyak atsiri, kandungan lain belum banyak diteliti.

Kegunaan :

Rimpangnya dikunyah setiap hari dapat menciutkan lobang peranakan menjadi lebih sempit, mempersempit lobang kemaluan perempuan. Kalau ditambahkan tawas dan merica baik untuk sakit perut dan perut gendut. Di India banyak dipakai sebagai peluruh angin/masuk angin, penguat lambung dan pembangkit selera makan, memperbaiki saluran pencernaan dan dapat menurunkan panas badan/demam, baik pula sebagai obat mencret, pelancar kencing dan mengeluarkan lendir ditenggorokan. Baik untuk menguatkan syawat, penangkal racun, bronchitis, asma serta radang.

Sebagai obat luar, dapat dipakai sebagai obat gatal bintik-bintik merah pada kulit, luka memar, keseleo.

5.8 *Curcuma Petiolata* (temu putri)

Sering juga dinamakan temu gus, kuning utan atau koneng temu, temu badur atau di Bali sering pula dinamakan temu tiying. Sering tumbuh dibawah pohon bambu yang udaranya lembab. Umbi batangnya hanya mempunyai 2-3 tunjolan bukan sebagai rimpang. Bagian luar umbi batang berwarna jerammi keabu-abuan, dalamnya berwarna pucat, sedangkan hatinya berwarna kuning. Hampir tidak berbau, rasanya pahit seperti lempuyang. Tidak digunakan sebagai obat luar karena terasa gatal-gatal.

Ciri-ciri :

Tumbuhan semak beerumur tahunan, berumbi batang, berbatang semu. Tinggi batang semunya sekitar 30 cm, berdaun 4-6 lembar dengan panjang 15-20 cm, bentuknya bundar lonjong, berwarna hijau muda. Tandan bunganya sekitar 15 cm. Bunganya aberwarna hijau muda, hijau tua sampai ungu. Rimpangnya berwarna kuning muda, berbau tajam seperti permen.

Penggunaan :

Tidak banyak diketahui, tapi hampir selalu dipakai untuk bahan tambahan pada obat-obatan lainnya untuk menambah kuatnya khasiat dari obat.

5.9 *Curcuma Purpurascens* (temu tis)



Di Jawa dan Bali dinamakan temu tis, di Sunda dinamakan koneng pinggang atau koneng tinggang.

Ciri-ciri :

Sama dengan jenis curcuma atau temu lainnya.

Penggunaan :

Rimpangnya bersifat mendinginkan, sehingga sangat baik untuk menurunkan panas badan atau demam, caranya, rimpang ditumbuk halus hingga seperti bubur, ditambalkan dibadan.

Rimpang yang dicampur ketumbar, dihaluskan, dicampur air panas, disaring lalu diminum, dan ampasnya ditempelkan pada tenggorokan, baik untuk obat batuk Rimpang yang dicampur dengan adas pulosari dan tawas, kemudian dihaluskan ditambah air panas atau dimasak dengan air panas dan dirasing lalu diminum untuk menurunkan panas badan bayi. Rimpang yang ditumbuk halus dibuat seperti petis lalu dibakar, sangat baik untuk obat bisul, kudis, luka.

5.10 *Curcuma Zedoaria* (temu putih)

Banyak tumbuh di India, Prancis, China, Hongkong, Jepang, Ambon dan Jawa.

Ciri-ciri : hampir sama dengan jenis temu lainnya seperti temulawak.

Kandungannya :

Mengandung minyak atsiri, cineole, camphene, zingiberene, borneol, camphor, curcumin, zedoarin, gum resin dan tepung.

Penggunaan :

Rimpangnya berhasiat untuk memanaskan badan, perangsang selera makan, obat luka, peluruh cacing, demam, menghilangkan bau nafas tak enak, bronchitis, bengkak, tumor, TBC, pembengkakan limpa, sakit epilepsi/ayan, dan bawazir. Selain itu banyak juga dipakai sebagai penguat syawat, memperlancar datangnya haid, peluruh dahak, rrasa nyeri, radang selaput lendir dan sakit gigi, memar dan keselao, penawar bisa kalajengking dan ular.

VI. OBAT TRADISIONAL UNTUK BEBERAPA PENYAKIT DAN PEMBUATANNYA

6.1. Asam Urat

Daun salam 10 lembar. Cara membuatnya : daun salam dicuci dan rebus dengan 400 cc air hingtga mendidih dan tersisa separuhnya. Saring dan minum selagi masih hangat, minimal sekali dalam sehari pagi hari.

6.2. Asma

Ramuan : 1.

Jahe	: 10 g
Laos	: 5 g
Daun iler	: 5 g
Kayu legi/saga	: 10 g
Kencur	: 10 g
Keningar	: 10 g
Pegagan	: 5 g

Semua bahan direbus dengan 2 gelas air hingga tersisa 1 gelas, setelah dingin minum dengan lebih dahulu menyaringnya. Ramuan ini dalam sehari dapat diminum sekaligus atau sedikit demi sedikit.

Ramuan : 2

Adas	: 15 g
Kapulogo	: 15 g
Buah cabe	: 15 g
Jahe aegar	: 10 g
Jinten hitam	: 10 g

Temulawak : 10g

Jahe ditumbuk halus, bahan lain dicampur dengan jahe yang telah ditumbuk, kemudian rebus dengan 2 liter air hingga tersisa 1 liter. Masukkan air rebusan kedalam teko yang terbuat dari tanah atau porselin (bukan logam). Minum setiap hari 3 kali rata-rata 1 cangkir. Agar terasa lebih enak dapat ditambahkan madu dan gula secukupnya.

6.3. Agar Payudara Tetap Montok

Buah pinang yang masih segar : 2 buah

Bunga tanjung : 10 buah

Garam : 1 sendok the

Bunga tanjung dan buah pinang dibersihkan dan buang sabutnya. Semua bahan ditumbuk halus dan aduk rata. Oleskan pada buah dada yang kendur seperti memakai masker, jangan sampai mengenai puting susu.. Lakukan 3 kali sehari.

6.4. Keputihan

Ramuan : I

Bahan I :

Kunci pepet : 350 g

Kunir putih : 350 g

Kulit jeruk purut : 3 buah ukuran sedang

Bahan II :

Jambe/buah pinang : 3 buah ukuran kecil

Kayu rapet : 50 g

Majaan : 7 biji ukuran sedang

Suruh : 2 ikat

Bahan III :

Gula : 350 g

Madu : 1,5 sendokmakan

Air jeruk nipis : 1 sendok makan

Garam : secukupnya

Haluskan atau blender bahan I dengan menambahkan air secukupnya, peras lalu saring dan diamkan beberapa saat untuk diambil air beningnya yang paling atas (sarinya saja), sedangkan endapannya dibuang.

Tumbuk bahan II kecuali suruh, kemudian rebus dengan 1 liter air sampai mendidih lalu angkat dan dinginkan. Setelah dingin, peras dan saring, diamkan beberapa saat untuk diambil air beningnya (sarinya).

Campuran bahan I dan II dalam wajan dan masak hingga mendidih hingga tersisa $\frac{3}{4}$ liter saja.

Tambahkan bahan III, aduk rata. Jika larutan sudah mendidih atau mengental, kecilkan api sambil diaduk terus sampai mengkristal, angkat dan dinginkan. Setelah dingin ayak halus, yang mengkristas dapat di hancurkan dan di ayak kembali hingga habis. Ambil satu sendok ramuan di atas, campurkan dengan $\frac{1}{2}$ gelas air hangat dan minum sesuai kebutuhan.

Ramuan : 2

Daun beluntas 1 genggam, Daun tapak merah 1 pohon, dan kunir 1 jari tangan. Semua bahan dicuci bersih dan ditumbuk, rebus dengan 3 gelas air hingga tersisa 2 gelas lalu angkat dan saring. Minum sehari 3 kali masing-masing $\frac{1}{2}$ gelas.

6.5 Influenza/pilek

Ramuan : 1

Labu air : 4 jari

Daun bayam : $\frac{1}{2}$ genggam

Air jeruk nipis : 1 sendok maikan

Labu dan daun bayam dihaluskan, peras dengan $\frac{1}{2}$ gelas air dan air jeruk nipis 1 sdm. Saring dan minum 2 kali sehari masing-masing 3 sdm.

Ramuan : 2

Air jeruk nipis : 5 sdm

Minyak kayu putih : 2 sdt

Air kapur sirih : 1 sdm

Campur semua bahan hingga rata, gosokkan pada leher, dada dan punggung, 2 kali sehari sebanyak yang diperlukan.

6.6 Lemah Syawat/kejantanan

Pulosari	: 15 g
Lada hitam	: 25 biji
Kuning telur ayam kampung	: 2 butir
Madu asli	: 1 sdm
Bawang putih lanang	: 3 siung

Semua bahan dihaluskan dan tambahkan madu asli dan kuning telur lalu aduk rata (untuk sekali minum). Minum sehari dua kali selama satu minggu berturut-turut.

6.7 Meningkatkan Vitalitas Seksual

Kuning telur ayam kampung	: 2 butir
Patikan cina	: 1 genggam
Biji merica	: 30 biji
Madu asli	: 1 sdm
Bawang putih lanang	: 3 siung

Kuning telur dikocok. Patikan cina dijemur kering, lalu digerus halus. Merica ditumbuk halus. Ketiga bahan tersebut aduk rata, minum sekaligus. Diminum sesuai kebutuhan.

6.8 Nafas Berbau Tidak Sedap

Ramuan : 1

Bunga sirih	: 5 kuntum
Bunga tanjung	: 3 kuntum
Kapulaga	: 5 biji

Semua bahan ditumbuk halus, tambahkan air 3 sdm, lalu peras dan masukkan kedalam gelas yang berisi $\frac{1}{4}$ gelas air hangat.

Ramuan : 2

Daun beluntas	: 20 g
Pinang muda	: 5 g
Garam	: secukupnya

Semua bahan direbus dengan air secukupnya lalu diminum 3 kali sehari.

6. 9 Pelangsing Tubuh

Bahan I :

Bangle	: 350 g
Kunir putih	: 350 g
Kulit jeruk purut	: 3 buah ukuran sedang

Bahan II :

Daun jati belanda	:
Daun waru jati	:
Daun nokilo wangi	: 350 g
Daun lempuyang	:
Daun ki tolol	:
Daun salam	:

Bahan III :

Gula	: 350
Madu	: 1 ½ sdm
Air jeruk nipis	: 1 sdm
Garam	: secukupnya

Haluskan atau parut bahan I dengan menambahkan air secukupnya, peras lalu saring dan diamkan beberapa saat untuk diambil air beningnya yang paling atas (sarinya), sedangkan endapannya dibuang.

Rebus bahan II dengan 1 liter air sampai mendidih lalu angkat dan dinginkan. Setelah dingin peras dan saring, diamkan beberapa saat untuk diambil air beningnya (sarinya).

Campurkan bahan I dan II dalam wajan dan masak hingga mendidih sehingga airnya tersisa $\frac{3}{4}$ liter.

Tambahkan bahan III, aduk rata.

Bila larutan sudah mendidih atau mulai mengental, kecilkan apinya diaduk terus sampai mengkristal. Angkat dan dinginkan. Setelah dingin ayak halus, yang masih mengkristal tumbuk dan ayak hingga habis.

Cara memakainya adalah : ambil satu sendok makan, campurkan dengan $\frac{1}{2}$ gelas air hangat dan minum sesuai kebutuhan.

VII. PENEMPATAN TANAMAN OBAT SEBAGAI TAMAN RUMAH

Berbagai jenis tanaman yang banyak ditanam, baik berfungsi sebagai nilai kesehatan, ekologis, penyerap air, mengatur klimatologi agar lebih sejuk dan nyaman, pendidikan dan fungsi-fungsi lainnya, ditata sedemikian rupa tetap agar memberikan keindahan atau sebagai pemenuhan unsur estetika. Pada taman Bali, penempatan tanaman obat-obatan atau sering dipakai sebagai bahan obat, lebih banyak ditanam di Madya Mandala, sebagian kecil ditanam di Utama Mandala dan di Nista Mandala.

7.1 Taman di Utama Mandala

Tanaman obat yang di tanam di Utama Mandala, biasanya terkait juga untuk keperluan *upakara* seperti tanaman meduri putih biasanya dipakai untuk melancarkan pencernaan, tanaman *kem* dipakai untuk obat mencret, alang-alang untuk obat batuk, panas dalam. Umumnya berupa tanaman semak.

7.2 Tanaman di Nista Mandala.

Tanaman untuk keperluan obat yang ditanam di Nista Mandala seperti tanaman pegagan untuk obat luka dalam dan pencernaan, bunga trompet untuk sakit mata merah, kantawali untuk obat kurap, kudis dan sejenisnya.

7.3 Tanaman di Madya Mandala

Tanamann untuk keperluan obat sebagian besar ditanam di Madya Mandala, baik berupa rerumputan seperti pegagan, teki (obat penghalus kulit), kencur untuk obat batuk, , dan berbagai tanaman seperti yang disebutkan dalam lontar Kayu Premana yaitu tanaman yang berupa kayu-kayuan, seperti kayu cemcem untuk obat panas dalam, dapidap juga untuk obat panas dalam dan demam dan lontar Ceriken Tingkeb yaitu tanaman yang sering juga dipakai sebagai kelengkapan atau ditaruh di *ceriken* yaitu tempat untuk menaruh bahan *wangenan* seperti cengkeh, pala, merica, ketumbar, buah pala, kayu putih, adas, ketumbar dan sebagainya maupun tanam-tanaman yang termuat pada lontar Kamusada.dan lontar Punggung Tiwas.